

Inleiding

Gehospitaliseerde of geïmmobiliseerde patiënten hebben een verhoogd risico op een diep veneuze trombose (bloedklonter in een diep gelegen ader) en/of longembolen (bloedklonter die vastzit in een bloedvat in de longen).

Bloedstolling of bloedklonters kunnen optreden als je je tijdelijk minder kan bewegen na een ingreep of tijdens een minder mobiele periode.

In deze folder sommen we enkele maatregelen op die dit risico heel erg beperken. Dit geldt als aanvulling op het gesprek met je arts, huisarts en verpleegkundige.

De profylaxis (het voorkomen) bestaat uit drie items:

- Fysische activiteiten - snelle mobilisatie
- TED kousen
- L.M.W.H. (inspuiting van heparine met laag moleculair gewicht).

Het is belangrijk dat je deze preventie maatregelen toepast zoals je arts jou adviseert en voorschrijft.

Fysische activiteiten - snelle mobilisatie



Een diep veneuze trombose kan vermeden worden door veel te bewegen. Het is daarom belangrijk je lichamelijke activiteiten zo snel mogelijk te hervatten. Zolang je bedlegerig bent, probeer je zoveel mogelijk je benen en/of tenen te bewegen.

Vraag advies aan je arts welke activiteiten toegelaten zijn en welke best beperkt blijven gedurende een bepaalde tijd.

TED kousen: Trombo Embolism Deterrent



Deze kousen bevorderen de doorstroming van het bloed in de onderste ledematen en verhinderen zo dat in je benen bloedstollingen worden gevormd.

De druk van de kousen moet op de juiste plaats worden uitgeoefend om efficiënt te zijn. Daarom zal de verpleegkundige je benen opmeten zodat je de juiste maat krijgt.

De verpleegkundige zal je ook de juiste techniek aanleren om de kousen aan te trekken.

Inspuiting van heparine met laag moleculair gewicht (L.M.W.H.)



Heparine met een laag moleculair gewicht wordt op voorschrift van de arts gegeven om een diep veneuze trombose en trombo-embolische accidenten na de ingreep te voorkomen. Deze geneesmiddelen werken onmiddellijk en de werking is kort. Een inspuiting van heparine met laag moleculair gewicht wordt per injectie toegediend.

De duur van de behandeling is een beslissing die je arts neemt.

Je kan beroep doen op de thuisverpleging om de subcutane inspuiting toegediend te krijgen. Als je dat wenst, kan je de injectie bij jezelf toedienen.

Vraag daarover meer uitleg aan de verpleegkundige.

Indien je een ingreep moet ondergaan tijdens het gebruik van heparine-inspuitingen of anti-coagulantia, bespreek je dit best vooraf met je arts of huisarts.

Tot slot

Als je na het lezen van deze folder nog vragen hebt, kan je contact opnemen met je behandelende arts.

Nuttige telefoonnummers:

Secretariaat orthopedie:	09 387 70 68
Secretariaat urologie:	09 387 70 24
Secretariaat gynaecologie:	09 387 70 38
Secretariaat cardiologie	09 387 70 61
Secretariaat pneumologie	09 387 71 11
Secretariaat digestief centrum:	09 387 70 58
Secretariaat algemene heekunde	09 387 71 11



Tromboseprofylaxe

